

أوراق علمية(286)

اليوجا

جذورها الفلسفية وثمارها الوهمية

رؤية عقديَّة

إعداد
حماد عبد الجليل حسن البريدي
باحث بمركز سلف للبحوث والدراسات

salaf center

جوال سلف : 00966565412942

مقدمة:

من الفلسفات التي تم استخدامُها في بلاد المسلمين في السنوات الأخيرة فلسفةُ "الطاقة"، أو العلاج بالطاقة، وهي جزء من الفلسفة الشرقية الذي شاع استخدامه في السنوات الأخيرة في سياق غير متخصص، كالطب البديل وتنمية الذات للتعبير عن الوجود الكلي ومادة الكون.

تُعرَض هذه الفلسفات في المجتمع المسلم على أنها مجرد تدريبات وتطبيقات للصحة والرياضة والسعادة، وأنها منهج عصريّ عمليّ للتغيير وتفعيل الطاقة الكامنة، وطريق لتحقيق التواصل والتسامح والتفاعل بين الناس، ولا تُعرض كمذاهب فلسفية فكرية عقائدية، ويتبنون في عرض فكرتها منهجَ بعض أهل دول الشرق من المسلمين الذين مزجوا بينها كمنهج حياة نشؤوا عليه وبين الإسلام الذي اعتنقوه، فيطوِّعون فلسفة "الطاقة الكونية" لتتوافق ظاهريًّا مع المعتقد الإسلامي، فيقولون: إن الله قد جعل في الكون طاقة كونية عليا هي ما يسمَّى على اختلاف الثقافات: "العقل الكلي، النور الأعلى، الكيّ، التشي، الكا، البرانا، مانا"، واسمها الإسلامي: "البركة"، فهي التي تسيّر الأمور بسلاسة، وتضاعِف القوة والطاقة! وبعضهم شطح فقال: الله هو الطاقة! استدلالا بقوله تعالى: {اللَّهُ نُورُ السَّمَاوَاتِ وَالْأَرْضِ}، والإنسان بحاجة دائمة إلى الطاقة الحيويّة المنبثقة عنه وهي قوته وقدرته[1].

والناظر في هذه التطبيقات يجِدها قائمة على فلسفة "الطاقة الكونية" المستقاة من الديانات والفلسفات الشرقية، تعمل على "موازنة الطاقة" واستقطابها من الكون عبر طقوس لا علاقة لها بالعلوم التجريبية، وإنما هي أشبه ما تكون بالرياضات والأوراد الصوفية التي تهدف إلى تحقيق الإشراق والفناء.

بل يُصرح كثير من الممارسين في الشرق والغرب بأن الهدف من تلك التطبيقات ليس مجرد تحسين الصحة والتخلُّص من أعراض المرض، وإنما تحقيق السمو الروحي والاتحاد بالمطلق.

فهذا مبتكر نظام الماكروبيوتك جورج أوساوا مثلًا يقول في كتابه (دعوة إلى الصحة

---

(1) المذاهب الفلسفية الإلحادية الروحية (ص: 22).

والسعادة): "إن هدفي في إصدار هذا الكتيب أن أدلك على طريقة اغتذاء واختيار أطعمة ستقودك في آخر الأمر إلى الحقيقة والسعادة الأبدية"، ويقول: إن الماكروبيوتيك "هو: إحدى الطرائق الثمانية للوصول إلى... النيرفانا"، وإنه "المبدأ الأساسي لأهم الأديان الشرقية"[1].

ومن التطبيقات المعاصرة للفلسفة الشرقية المتعلقة بالتداوي والاستشفاء اليوجا.

تعريف اليوجا (yoga):

أما المعنى اللغوي لليوجا: فهي اسم مشتق من الجذر السنسكريتي يوغ (**yoga**) الذي يدور على معاني الاتحاد والاندماج والاجتماع.

وتطلق اليوجا على مجموعة من الممارسات الروحية الضاربة في التاريخ، وهي إحدى المدارس الست للفلسفة الهندوسية[2] التي ترجع في أصولها إلى الفيدية[3].

كما تعتبر اليوجا وسيلة مركزية لتحقيق السمو الروحي في البوذية والجاينية[4] بالإضافة إلى الهندوسية، وقد استقت أساسياتها من الكتب الهندوسية المقدسة.

---

(1) http://albayan.co.uk/MGZArticle2.aspx?ID=3951

(2) المدارس الست هي المذاهب التي قبلت بالفيدا كأساس للسلطة وهي مكونة من: المنطق أو نيابا وهي تهتم بمصادر المعرفة وهي مدرسة المنطق، فايشيشكا وتعني الجزئية وهي مدرسة التوحيد، سامخيا أو سامكيا، ومعناها السرد وهي مدرسة التعدد، اليوجا وهي محل البحث، ميمامسا وهي ضرب من ضروب التصوف، فيدانتا أو ختام الفيدات وتعني التقليدي. انظر: أطلس الفلسفة، ترجمة د. جورج كتورة، ط: الثانية 2007م، وأثر الفلسفة الشرقية والعقائد الوثنية في برامج التدريب والاستشفاء المعاصرة، د. فوز الكردي.

(3) الفيدا هي مجموعة من النصوص الدينية الكبيرة التي نشأت في الهند القديمة.

(4) الجاينيّة أو اليانيّة –كما تُعرف أيضا باسم: "جاين دارما"– هي ديانة هنديّة قديمة، ويطلق على أتباع هذه الدّيانة اسم: (اليانيّون) أو (الجاينيّون)، وهي كلمة مشتقّة من الكلمة السنسكريتية (جينا)، وتعني المنتصر، وتشير إلى طريق النّصر بعد تجاوز تيّار الحياة والانبعاث من جديد من خلال حياةٍ أخلاقيّة وروحيّة، ظهرت هذه الديانة كردة فعل للديانة البرهمية، وهي ديانة إلحادية لا تؤمن بوجود إله، وتقول بتناسخ الأرواح، وتنسب إلى مؤسسها "مهاويرا" ويلقب بـ"جينا"، ومعناه: القاهر الذي قهر شهوته. انظر: فصول في أديان الهند، محمد ضياء الرحمن (ص: 164).

وهي مذهب فلسفي هندوسي، يهدف إلى السيطرة التامة على الجسد، وضبط القوى الحيوية وبلوغ الكمال، ومن ثم الاتحاد بالروح، وذلك بالتصوف والتنسك، كالجلوس طويلًا من دون حركة إطلاقًا.

وجاء في (معجم ديانات وأساطير العالم) أن "يوجا" (Yoga) كلمة "سنسكريتية تعني: "النير" أو "الاتحاد"، وهي مدرسة هامة في الفلسفة الهندوسية، أثّرت بقوة في الفكر الهندي، نصوصها الأساسية هي "سوترا اليوجا".

وهي تعني أيضًا "التوحيد"، دلالة على توحد الذات الفردية بالذات الكوني، وفيها يقوم الإنسان بممارسة مجموعة من التمارين الروحية والجسدية بهدف الخروج من عالم الظواهر والتعددية إلى الوحدة المطلقة والذوبان فيها؛ لذا هي وسيلة عملية لتحقيق الاتحاد بين الخالق والمخلوق[1].

واليوجا تستمد تعاليمها من الكتب الهندوسية التي تؤكد على إمكانية اتصال الإنسان المباشر بالنفس الكلية "برهمان"، فهدف اليوجا الأساس هو تحرر النفس واتحادها بالروح الإلهية، ومعرفتها أن كل ما في الوجود هو مظهر من مظاهر تجلي الإله.

فإذا استنار اليوجي yogi –الممارس المتقدم في اليوجا– وأدرك حقيقة ذاته الإلهية، اتحد بالإله "برهمان"، ووصل حينها إلى الكمال، واكتسب قدرات خارقة وبصيرة نافذة.

وهذا المعنى تنص عليه مئات المراجع المتخصصة، وهو الذي تؤكده الجهات الرسمية في الهند، مثل وزارة آيوش، ووزارة الخارجية الهندية، وعدد كبير من الشخصيات الهندوسية والغربية المعروفة.

والجانب العملي في هذه الفلسفة أهم من النظري –ضبط النفس، والجلوس في وضع معين، والامتناع عن ممارسة الجنس، وترك الشهوات، والزهد، والتقشف–، ويزعمون أنه باتباع هذا النظام تسمو النفس الإنسانية على الطبيعة، ويتخلص الإنسان من عجلة التناسخ

---

(1) التطبيقات المعاصرة لفلسفة الاستشفاء الشرقية دراسة عقدية، هيفاء بن ناصر الرشيد (ص: 317).

وقانون كارما[1]، وهما بحسب معتقدهم سبب شقاء الإنسان وتعاسته.

وبإطلالة سريعة على أصول تلك الرياضات يتبين أنها ليست تمارين عقلية وبدنية مجردة، بل هي في الأصل طقوس وعبادات وثنية لديانات وفلسفات صوفية وكهنوتية، لها تصوراتها الباطلة عن الخالق والإنسان والكون، غير أنها تختلط ببعض ما يكتسبه البشر من خبرات علاجية وصحية، من تمارين وحركات رياضية قد تفيد أو لا تفيد من الناحية العقلية أو البدنية.

وهذا الجانب هو الذي ترتكز عليه الدعاية لتلك الفلسفات الباطلة، فيغتر بها بعض الجهلة ظنًّا أنها مجرد أنشطة بدنية وعقلية بحتة، لا علاقة لها بالعقيدة، فيطمع في أن تساعده على التركيز وصفاء النفس واستجماع الطاقة الذهنية والبدنية، ثم يجد نفسه بعد ذلك منخرطًا في عقائد تلك الرياضة الفلسفية وما تفرضه من طقوس وعبادات وتصورات، لا يمكنه فصلها عن ممارسة تلك التمارين.

الجذور التاريخية والفلسفية لليوجا:

تعتبر اليوجا من أقدم التعاليم الهندية التي تم تناقلها شفهيًّا عبر الأجيال، إلى أن تم تدوينها من قِبَل باتانجالي في الـ(يوغا سوترا) قبل 2400 سنه تقريبًا، وكل ما سواه من الكتب المختصة باليوجا ليست سوى شروح وتعليقات على نص باتانجلي الأصلي.

وتعتمد اليوجا على قراءة تراتيل "السوترا – sutra" المقدسة عندهم، وتعتمد إشاراتٍ رمزيةً باليد تشير إلى معتقدات هندوسية كتحية "ناماساتي"، وهي على شكل انحناءة، وتعني الإله الذي بداخلي ينحني للإله الذي بداخلك، وممارسة الحركات المعبرة عن تقديس الشمس، وكلها طقوس تعبدية هندوسية وإن ادعى مزاولوها أنها مجرد رياضة ذهنية.

وقد أكد المجتمعون في المؤتمر السنوي لليوجا الذي عقد في هيوستن تكساس أن اليوجا تستقي طقوسها من الأوبانيشاد والفيدا، فهما أساس اليوجا، وأن الأوبانيشاد طريقة معرفة

---

(1) هو الذي يحدد الجسد الذي تنتقل إليه الروح وهو "قانون كوني" في الفلسفة الهندوسية يطلق عليه "كارما"، تحكمه أفكار وسلوكيات الإنسان في حياته السابقة، لكن هذا القانون لا يقوم على معيار قيمي للخير والشر، وإنما على نظام خاص بالفلسفة الهندوسية يسمونه: "دهارما".

الإنسان لذاته الحقيقية، وهي الغاية الأساسية من اليوجا[1].

تقول الدكتورة هيفاء الرشيد: "وذكر في بعض المراجع ارتباط ممارسة اليوجا وعلومها الباطنية بأسطورة خرافية ذات دلالات عقدية ظاهرة. تحكي الأسطورة بأن الإله سيفا كان يتحدث مع زوجته بجانب نهر، يحكي لها أسرار اليوجا العجيبة، فاسترقت سمكة في النهر السمع وتحوّلت من خلال اليوجا إلى إنسان! ونقلت التعاليم اليوجية إلى سواحل الهند. تحمل هذه الأسطورة إشارة قوية إلى هدف اليوجا في التحول والتجديد، فكما تحولت السمكة من حيوان إلى إنسان، فإنه بمقدور الإنسان أن يتحول من خلال اليوجا إلى إله"[2].

وقال الدكتور أحمد شلبي: "وذوبان بوذا في آلهة الهندوس ليس إلا عوْدًا إلى تفكير "الجنانا يوجا" -أي: طريق اليوجا- الذي يرى في كل الديانات وفي كل الفلسفات حقًّا، ولكن هذا الحق ليس سوى ذرة من الحق الأعظم الكامل، فهذا المذهب لا يَعترض على دين أو فلسفة، ويرى أن أي دين أو فلسفة ليس هو كل شيء، وليس هو كل الحق، ومعتنق هذا التفكير لا ينتمي إلى دين أو مذهب؛ لأنه يرى أتباع كل الديانات المختلفة إخوة له مهما اختلفوا، فـ"جنانا يوجا" مذهب يتسع لمعتقدات الجميع، ويأبى أن يتقيد بقيود أي منها، ويجب أن نقرر بشدة أن إثارة هذا المذهب والدعاية له ترمي إلى محاربة الإسلام بطريق غير مباشر، وقد رأيت هذه المحاولات في عدة بلاد، فالإسلام هو القوة التي قهرت المبشرين المسيحيين والبوذيين، فإذا صرفوا الناس عنه بطريق أو بآخر -ولو باسم "جنانا يوجا"- التي تتسع لكل المعتقدات، ولا تتقيد بقيود أي منها؛ فإن هذا كسب لهم عظيم، وبعد أن يُصرف المسلم عن الإسلام بهذه الحيلة البارعة يمكن نقله إلى التشكيك، فجذبه إلى دائرة أخرى، فليحذر المسلم اليوجا ومداخلها ودعاتها"[3].

---

(1) انظر: الدعوات الباطنية إلى السلام العالمي (ص: 132)، والتطبيقات المعاصرة لفلسفة الاستشفاء الشرقية (ص: 318).

(2) انظر: أعمدة اليوغا الثمانية: 3- غطاس الحكيم، نقلا من التطبيقات المعاصرة لفلسفة الاستشفاء الشرقية (ص: 319).

(3) أديان الهند الكبرى (ص: 174).

طرق ممارسة اليوجا:

تحتوي اليوغا تمارين وطقوسًا مختلفة، ولكن أهمها وأشهرها تمرين يدعى: (ساستانجا سوريا ناماسكار)، ويطلق عليه اختصارًا: (سوريا ناماسكار)، وهو يعني باللغة السنسكريتية: "السجود للشمس بثمانية أعضاء" من الجسم! وقد حدَّدوا هذه الأعضاء: بالقدمين والركبتين واليدين والصدر والجبهة.

ويفضَّل لمن يمارس اليوغا أن يكون عاري الجسم، ولا سيما الصدر والظهر والأفخاذ! وأن يستقبل الشمس بجسمه عند شروقها وعند غروبها! إذا أراد يوجا صحيحة ونافعة، وأن يثبت نظره ويركّز انتباهه على قرص الشمس، وعليه أن يتعلّق فيه بكليّته، وهذا يشمل جسمه وجوارحه وفكره ولبَّه! أما إذا كان في العمران ولا يستطيع رؤية الشمس فقد سُمح له بأن يرسم قرص الشمس أمامه على الجدار! يقول أحدهم: إذا كان المتمرن صاحب دين وخشي الكفر فلا مانع أن يرسم أية صورة أمامه ويتوجه إليها بكليته!

ومما تضمنّه اليوجا أن تتأمل جسمك مليًّا، وأن تفكِّر وتنظر في كل عضو من أعضائك، ويكون ذلك بدءًا من أصابع الأقدام، وصعودًا إلى الرأس، عند الاستيقاظ من النوم وقبل مغادرتك الفراش، وبالعكس من الرأس ونزولًا حتى أصابع الأقدام قبيل النوم، ولا يجوز أن تنسى أو تنشغل عن هذا العمل الهام!

ومن أراد الاستفادة من اليوجا ينبغي له أن يكون نباتيًّا، وعليه أن يردد كلمات معينة في أثناء قيامه بالتمارين، وبصوت جهوري، وتدعى هذه الكلمات: (المانترات)، وأشهرها مانترات "بيجا" وهي "هرام، هريم، هروم، هرايم، هراوم، هراة"، وكذلك يردد بعض المقاطع الأساسية في اليوجا مثل: أوم[1].

(1) ورد في الأساطير الهندية أن سته من الرهبان جاؤوا كبيرهم "ببلاد" وسأل كل منهم ما بدا له، وكان سؤال الخامس: إن الإنسان الذي يشتغل بالعبودية طيلة حياته الدنيوية ماذا يكون مصيره؟ فأجابه: إن كلمة أوم مركبة من ثلاثة حروف: الأول يكشف لك أسرار عالم النفس، والثاني أسرار العالم الأعلى، والثالث أسرار عالم براهما، فالذي وصل إلى هذه المنزلة العليا فقد انكشف له حقيقة "أوم" ويصير هو سرمديًّا برهميًّا. انظر: فصول من أديان الهند (ص: 33).

وبالإضافة إلى ذلك لا بد أن يردّد أسماء الشمس الاثني عشر؛ لأن ذلك جزء رئيس وهام في اليوغا. ومن أسماء الشمس:

رافا ناماه... ويعني: أحنيت لك رأسي يا من يحمده الجميع.

سوريا ناماه... ويعني: أحنيت رأسي لك يا هادي الجميع.

بهانافي ناماه... ويعني: أحنيت رأسي لك يا واهب الجمال.

سافيتر ناماه... ويعني: أحنيت رأسي لك يا واهب الحياة... إلخ.

ويدّعون أن في هذا الترداد فائدة وأية فائدة!

يقول بعض من مارس اليوجا: إنه يستيقظ الساعة الثالثة والنصف صباحًا، ولا يزال يقوم بتمارين اليوجا وصلواتها الخاصة حتى الساعة السادسة والربع، وفي المساء يفعل ذلك من الساعة السادسة وحتى السادسة والنصف.

وهكذا يقضي ثلاث ساعات وربع الساعة كل يوم في اليوجا، ويقول: إن بعضهم يقضي أكثر من ذلك، ويدَّعون أنه كلما قضيت وقتًا أكبر كانت الفائدة أعم وأعظم(1).

الأخطار العقدية من ممارسة اليوجا:

الناظر في ممارسات اليوجا وفلسفتها يجد أنها تُبنى على مجموعة من المخالفات العقدية التي قد تخرج بصاحبها من التوحيد إلى الشرك بالله عز وجل، ويمكن إرجاع العلة في تحريم اليوجا إلى أصلين شرعيين هما: الاعتقاد الفاسد والمشابهة المحرمة، وهذا يظهر من خلال النقاط التالية:

أولًا: اليوجا كلها عبارة عن طقوس تعبدية هندوسية، وإن ادعى مزاولوها أنها مجرد رياضة ذهنية، فهي تستمدّ نصوصها من الفيدا المقدّسة عند الهندوس، وتعتمد على قراءة السوترا المقدسة عندهم، وتعتمد على إشارات رمزية باليد تشير إلى معتقدات هندوسية، كتحية "ناماستي" على شكل إنحناءة، وتعني الإله الذي بداخلي ينحني للإله الذي بداخلك، وترديد مانترا "أوم"، وممارسة الحركات المعبرة عن تقديس الشمس.

---

(1) انظر: اليوغا في ميزان النقد العلمي (ص: 13-18).

وهذا لا شك أنه شرك صريح بالله عز وجل؛ لما فيه من سجودٍ للشمس وترديد أسمائها، والله عز وجل يقول: {قُلْ إِنَّمَا أُمِرْتُ أَنْ أَعْبُدَ اللَّهَ وَلَا أُشْرِكَ بِهِ إِلَيْهِ أَدْعُو وَإِلَيْهِ مَآبِ} [الرعد: 13]، وقال تعالى: {وَلَقَدْ أُوحِيَ إِلَيْكَ وَإِلَى الَّذِينَ مِنْ قَبْلِكَ لَئِنْ أَشْرَكْتَ لَيَحْبَطَنَّ عَمَلُكَ وَلَتَكُونَنَّ مِنَ الْخَاسِرِينَ} [الزمر: 65].

ثانيًا: القول بالحلول والاتحاد، وهو ما يسمّى عندهم بالاستغراق العميق، وله تعبيرات عده عندهم كال(سمادهي) والتحرر، وكلها تؤدي إلى معنى واحد وهو "الاتحاد المطلق"، وهي حالة يذوب فيها المريد بالمطلق، فيحدث الانعتاق المحرر من حدود الزمان والمكان، وتندمج الذات الفردية بالذات الكونية أو الإله، ومفهوم الإله عند اليوجي هو ذاته المفهوم الهندوسي، فهو تعبير عن كيان مطلق لا شخصي يختلف تمامًا عن المعنى التقليدي في الديانات السماوية، ولذلك عندما يطلق لفظ الإله أو الله فهو إنما يطلق تجوزًا.

وتحاول فلسفة اليوجا الإجابة عن السؤال عن الهوية: "من أنا؟"، ولكنها تقدم جوابًا قبيحًا، فتجعل الأنا هي الله في وحدة غير منفصلة ولا متمايزة، هذه هي الحقيقة والمعرفة المرجوة في هذه الفلسفة الإلحادية الباطلة(1).

ولا شك أن القول بالحلول والاتحاد والتجّسد من أكبر العقائد الباطلة التي أجمع المسلمون على كفر من يعتقد بها، قال شيخ الإسلام ابن تيمية في معرض رده على الصوفية القائلين بالحلول والاتحاد: "من اعتقد ما يعتقده الحلاج من المقالات التي قتل الحلاج عليها فهو كافر مرتدّ باتفاق المسلمين؛ فإن المسلمين إنما قتلوه على الحلول والاتحاد ونحو ذلك من مقالات أهل الزندقة والإلحاد كقوله: أنا الله، وقوله: إله في السماء وإله في الأرض. وقد علم بالاضطرار من دين الإسلام أنه لا إله إلا الله، وأن الله خالق كل شيء، وكل ما سواه مخلوق"(2).

ثالثًا: القول بالكارما، والكارما عند الهندوس والبوذيين هي قانون الثواب والعقاب، أما في الديانة الجينية فهي كائن مادي يخالط الروح كأنه يمسكها بتلابيبها أو يحيط بها كما تحيط

---

(1) التطبيقات المعاصرة لفلسفة الاستشفاء الشرقية (ص: 323).

(2) مجموع الفتاوى (480/3).

الشرنقة بالفراشة.

فالروح أسيرة تحت الكارما، ولا سبيل لتحرر الروح منها إلا بشدّة التقشف والحرمان من الملذات في كل مرحلة من مراحل الحياة[1].

لذا يحرق جسد الميت حتى تحرق الكارما وتتخلص منها الروح لتحلّ في جسد آخر، وباليوجا يستطيع الإنسان أن يتخلّص من عقوبة الكارما، ويصل إلى السعادة والتخلص من القلق، ويسمى عندهم بـ"الكارما يوجا".

رابعًا: الاعتقاد في الإنسان: من طوام المعتقدات اليوجية أنه متى ما وصل اليوجي إلى درجة الكمال تغلّب على كل شيء في الطبيعة، فإذا أمر الأرواح بالهبوط إلى عالمنا هبطت، وإذا أمر الأموات بالظهور ظهرت طواعية، وكل قوى الطبيعة مسخرات له، ولا عجب في ذلك فإن الذي يصل إلى درجة الكمال هذه لا يكون بشرًا يمثل ذاته الفردية، بل إنه يصبح متحدًا بالإله متجاوزًا حدود الزمان والمكان[2].

وغاية اليوجي الاتحاد بالإله الأكبر، أو التحرر من التناسخ والدخول في عالم الألوهية كحدّ أدنى، وحتى يحقّق غايته فعلى اليوجي أن يحذو حذو الآلهة، فكما أن الآلهة تتجسد بأجساد المخلوقات، فعلى اليوجي أن يتجسدها بتخيلها وتقليد صورها وهيئتها.

بل بعض الكائنات تعتبر آلهة عندهم كالقمر والثعبان، فعلى اليوجي أن يتجسّد هيئاتها؛ لذلك توجد الكثير من الأسانات -وضعيات اليوجا- فيها محاكاة لهيئة بعض الآلهة كالثعبان والكلب والطاووس وغيرها[3].

خامسًا: اليوجا ليست فقط نظامًا يتبعه المرء للاتحاد مع إلهه، إنما أيضًا للحصول على قوة مطلقة يستطيع بها عمل أيّ شيء، أو الوصول إلى حالة تسمّى التنوير، يستطيع بها الاطلاع على الغيب ومعرفة الأسرار أو أي معلومات أو أخبار يريد معرفتها.

وقد تكون غاية المرء أن يتّحد مع إلهه وبالتالي تلقائيًّا يصبح قادرًا على فعل أي شيء

---

(1) انظر: الموسوعة الميسرة في الأديان والمذاهب المعاصرة (1/ 535).

(2) التطبيقات المعاصرة لفلسفة الاستشفاء الشرقية (ص: 323).

(3) اليوجا والتأمل، رياضة أم عبادة، د: سالم حمزة (ص: 23).

وفعل ما يريد، وأن يطّلع على أسرار الكون والغيب، أي: أنه يصبح إلهًا نتيجة اتحاده بالإله كما حدث لبوذا[1].

سادسًا: السجود للشمس، من أهم الأوضاع الجسدية في اليوجا ما يسمى بتحية الشمس، وهو عبارة عن وضعية مركبة من حركات متعددة، يعني اسمها بالسنسكريتية السجود للشمس بثمانية أعضاء وهي القدمان والركبتان واليدان والصدر والجبهة، ويُدعى هذا التمرين: تحية الشمس؛ لأنه يُمارس في الصباح الباكر باتجاه الشمس، حيث تعتبر الشمس عندهم مصدرًا للصحة والمحبة، وكان هذا التمرين يطبق يوميًّا في العصور القديمة مع مجمل الطقوس الدينية، وكانت تجري ممارسته 12 مرة يوميًا على الأقل مع تلاوة اثني عشر اسمًا لإله الشمس.

والنبي صلى الله عليه وسلم قد نهانا عن الصلاة وقت شروق الشمس ووقت غروبها فقال: «**لَا تَحَرَّوْا بِصَلَاتِكُمْ طُلُوعَ الشَّمْسِ وَلَا غُرُوبَهَا؛ فَإِنَّهَا تَطْلُعُ بِقَرْنَيْ الشَّيْطَانِ**»[2]، ثم بين صلى الله عليه وسلم علة النهي عن الصلاة في هذه الأوقات بقوله: «**وَحِينَئِذٍ يَسْجُدُ لَهَا الْكُفَّارُ**»[3].

والصلاة أمر مشروع ليس فيه أي تعظيم للشمس بأي صورة من الصور، فمن باب أولى النهي عن مثل هذه الطقوس التي تشابه طقوس الملاحدة والفلاسفة، وإن زعم فاعلوها أنهم لا يعظمون الشمس ولا يعبدوها.

سابعًا: الاعتقاد بالتناسخ، وأن الأرواح إذا خرجت من الجسد عادت إلى جسد آخر في دوامة متكررة.

وهذا مخالف لاعتقاد المسلم بالبعث والنشور، وما ورد في النصوص من وصف أحوال البرزخ والآخرة، قال الله تعالى: {فَلَوْلَا إِذَا بَلَغَتِ الْحُلْقُومَ (83) وَأَنْتُمْ حِينَئِذٍ تَنْظُرُونَ (84) وَنَحْنُ أَقْرَبُ إِلَيْهِ مِنْكُمْ وَلَكِنْ لَا تُبْصِرُونَ (85) فَلَوْلَا إِنْ كُنْتُمْ غَيْرَ مَدِينِينَ (86) تَرْجِعُونَهَا إِنْ

(1) اليوجا والتأمل، رياضة أم عبادة (ص: 193).

(2) رواه البخاري (583)، ومسلم (828).

(3) رواه مسلم (832).

كُنْتُمْ صَادِقِينَ (87) فَأَمَّا إِنْ كَانَ مِنَ الْمُقَرَّبِينَ (88) فَرَوْحٌ وَرَيْحَانٌ وَجَنَّتُ نَعِيمٍ (89) وَأَمَّا إِنْ كَانَ مِنْ أَصْحَابِ الْيَمِينِ (90) فَسَلَامٌ لَكَ مِنْ أَصْحَابِ الْيَمِينِ (91) وَأَمَّا إِنْ كَانَ مِنَ الْمُكَذِّبِينَ الضَّالِّينَ (92) فَنُزُلٌ مِنْ حَمِيمٍ (93) وَتَصْلِيَةُ جَحِيمٍ (94) إِنَّ هَذَا لَهُوَ حَقُّ الْيَقِينِ (95) فَسَبِّحْ بِاسْمِ رَبِّكَ الْعَظِيمِ}[1].

ثامنًا: التشبه المحرم في طقوس اليوجا: والمقصود بالتشبه مشابهة الكفار فيما هو من خصائص دينهم، سواء كان التشبه في الباطن أو في الظاهر، فمن يمارس اليوجا معتقدًا أنها وسيلة للاتحاد بالإله، أو التخلص من التناسخ، فهذا بلا شك خارج عن الإسلام، وأما من يشابههم في الظاهر دون المشاركة في الاعتقاد –وهذا هو الظن بالمسلم الذي يمارس اليوجا– فهذا وإن لم يكن مشركًا إلا أنه وقع في إثم عظيم ودخل في قول النبي صلى الله عليه وسلم: «**مَنْ تَشَبَّهَ بِقَوْمٍ فَهُوَ مِنْهُمْ**»[2].

فمن علم بالمعتقدات المتعلقة باليوجا ولم يقر بها، بل اعتقد أنها معتقدات منحرفة، لم يسلم بذلك من مخالفة الشرع بمشابهة الكفار فيما هو من خصائص دينهم مشابهةً في الظاهر، وهذا التشبه في ذاته محرم[3].

هذا مع أن المشابهة في الظاهر قد تورث نوعًا من المحبة والموالاة الباطنة التي قد تتسلَّل تدريجيًّا إلى قلب الممارس، يقول شيخ الإسلام ابن تيمية: "المشابهة في الظاهر تورث نوع مودة ومحبة وموالاة في الباطن، كما أن المحبة في الباطن تورث المشابهة في الظاهر، وهذا أمر يشهد به الحس والتجربة... فإذا كانت المشابهة في أمور دنيوية تورث المحبة والموالاة لهم؛ فكيف بالمشابهة في أمور دينية؟! فإن إفضاءها إلى نوع من الموالاة أكثر وأشد، والمحبة والموالاة لهم تنافي الإيمان، قال الله تعالى: {يَا أَيُّهَا الَّذِينَ آمَنُوا لَا تَتَّخِذُوا الْيَهُودَ وَالنَّصَارَى أَوْلِيَاءَ بَعْضُهُمْ أَوْلِيَاءُ بَعْضٍ وَمَنْ يَتَوَلَّهُمْ مِنْكُمْ فَإِنَّهُ مِنْهُمْ إِنَّ اللَّهَ لَا يَهْدِي الْقَوْمَ الظَّالِمِينَ}"[4].

---

(1) تقرير موجز حول ممارسة اليوغا من المنظور العقدي، د. هيفاء الرشيد (ص: 11).

(2) رواه أحمد (5115)، وأبو داود (4031)، وصححه الألباني في الإرواء (1269).

(3) تقرير موجز حول ممارسة اليوغا من المنظور العقدي، د. هيفاء الرشيد (ص: 17).

(4) اقتضاء الصراط المستقيم لمخالفة أصحاب الجحيم (1/ 550).

فإن قال الممارس لليوجا: أنا لا أقصد المشابهة، قيل: لا يشترط القصد في المشابهة، فإن الحكم متعلق بالفعل لا بالنية، فقد نهى النبي صلى الله عليه وسلم عن الصلاة وقت طلوع الشمس ووقت غروبها رغم أن المسلم لا يقصد الصلاة لغير الله؛ وذلك حتى لا يتشبّه المسلم بالكفار في السجود للشمس في هذين الوقتين، قال شيخ الإسلام: "ومعلوم أن المؤمن لا يقصد السجود إلا لله تعالى، وأكثر الناس قد لا يعلمون أن طلوعها وغروبها بين قرني شيطان، ولا أن الكفار يسجدون لها، ثم إنه صلى الله عليه وسلم نهى عن الصلاة في هذا الوقت حسمًا لمادة المشابهة بكل طريق"[1].

والسؤال المهم هو: هل اليوجا بالنسبة للهندوسي مجرد عادة لا ارتباط لها بالعقيدة، أم هي من طقوسهم ومن صلب عقائدهم؟ وبصيغة أخرى: هل يمكن عزل اليوجا عن المعتقدات الدينية؟

يشتهر عند كثير من أهل الغرب والمسلمين أن اليوجا عبارة عن تمارين رياضية للصحة والرشاقة وإزالة التوتر النفسي، إلا أنه بإجراء مقارنة بين وضعيات اليوجا والتمارين الرياضية يتبين ما يلي:

– حركات اليوجا عبارة عن وضعيات يثبت عليها اليوجي، فكلمة أسانا في السنسكريتية تعني: الوضع الثابت أو الثبات. أما الحركات الرياضية فهي تتكرر عدة مرات من أجل تقوية العضلات واللياقة والمرونة، والثبات على الحركة لا يؤدّي إلى ذلك، وإنما اليوجيون الأصليون أجسادهم نحيلة لأنهم لا يأكلون اللحوم ولا الدسم، فيقتصرون على الأطعمة النباتية وبكميات قليلة، مع الصيام المتواصل.

– الغاية الرئيسية من أداء الوضعيات الأسانات هي إماتة الشعور بالألم وتخدّر أعضاء الجسم؛ لئلا يشعر الجسد بالألم بسبب الثبات على الوضعية لمدة طويلة أثناء التأمل، وهذا بخلاف التمارين الرياضية فإنها لا تسعى لتلك الغاية البتة.

– الغاية من الحركات الرياضية واضحة ومعروفة، أما اليوجا التقليدية فلها أسرار لا يطّلع عليها اليوجي إلا عن طريق معلمه؛ لذا يشترط تعلم اليوجا عن طريق الغورو حتى يوصله إلى

(1) اقتضاء الصراط المستقيم لمخالفة أصحاب الجحيم (1/ 218).

الطريق الصحيح.

والغورو كلمة سنسكريتية تعني: الظلام والنور، فالغورو هو مرشد روحي أو معلّم يجلب النور إلى الظلمة، فقد استوعب الحقيقة الإلهية والنظام الإلهي للكون، ويفهم ويدرك ما لا يفهمه ويدركه الناس، فهو يتكلم عن الإله، أما التمارين الرياضية فلا يشترط فيها ذلك.

– ممارسة اليوجا تتعلق باقتصاد الطاقة، فهي لا تتعلق بالتدريبات البدنية المرهقة الهادفة إلى تحسن شكل الجسم، فلا ينبغي أن تشعر بالتعب بعد ممارستها، ولا ينبغي أن تشعر بارتفاع في درجة الحرارة متبوع بإرهاق بعد بضع ساعات من ممارستها، ولكن يجب أن تشعرك اليوجا بزيادة في الطاقة والتحمّل في الحياة من يوم إلى آخر.

إذا فاليوجا ليست تمارين رياضية محضة حتى يمكن أن نعدّها نوعًا من أنواع الرياضة أو الألعاب التنافسية، وهي لا تهتمّ بهذا الجانب من الأساس، وإنما تهتم وتركز على الجانب العقلي والروحي؛ بهدف السيطرة على الجسد، تمهيدًا للسيطرة على العقل، ومن ثم التأمل والتعرف على الجانب الروحاني لليوجا[1].

فالعقل قضية أصلية هامة في اليوجا؛ إذ يعتبر عقبة عظيمة في طريق اليوجي لتحقيق غايته العليا –الحلول في براهما– أو التحرر من التناسخ أو التنوير، فالإنسان لا يستطيع أن يصل إلى الحقيقة بتفكيره لفساد عقله وحيرته وضلاله، فإذا توقف وامتنع نهائيًّا عن التفكير دخل إلى عالم النور، فيتحد مع عالم النور بداخله، فيصل إلى الحقيقة المطلقة، ويدرك الذات الخالدة، وأخيرًا يتحد بالروح الكلية[2].

– الزعم أنهم يستطيعون أن يأتوا بمعجزات تحاكي معجزات الأنبياء، وهو ما يسمى عندهم: العلاج بطاقة الـ"برنا"، فيكفي أن يضع اليوجي المعالج يده على موضع الألم من جسد المريض ويتخيّل أن البرنا تفيض من يديه إلى ذلك الموضع يتم الشفاء التام، بل يزعم بعض محترفي اليوجا قدرته على شفاء المريض الذي يبعد عنه مسافات كبيرة، وذلك من خلال توجيه البرنا إليه عن بُعد تماما كما يدعيه أتباع الريكي.

---

(1) انظر: اليوجا والتأمل رياضة أم عبادة (ص: 171-172).

(2) اليوجا والتأمل رياضة أم عبادة (ص: 176)

إن هذه الطاقة العلاجية لا تختلف -عند هؤلاء- عما وهبه الله عز وجل للأنبياء من قدرات معجزة في الشفاء، فهذه المعجزات تحصل -باعتقادهم- من خلال الاتصال بالطاقة الكونية وهو ما أتقنه الأنبياء![1].

- اعترف الكثير من الغربيين أن اليوجا في حقيقتها عبادة متعلّقة بالعقيدة الهندوسية، يقول الدكتور ببير جاكمار في كتابه (الشفاء باليوجا): "ينبغي أن يتجرد الوجه الطبي لليوجا من أي نزعة دينية، لكننا نرى انتقال اليوجا إلى المجتمعات الغربية وحتى غير الغربية يصطدم دائمًا بعوائق مرتبطة بجوهرها الشرقي العميق، الأمر الذي يدعو إلى الارتباك؛ لأن اليوجا تعتبر عالَمًا حقيقيًّا تترابط فيه الأمور الروحية بالأمور الإلهية"[2].

فممارسة اليوجا كتمارين للرياضة بعيدًا عن فلسفتها الروحانية لا يمكن؛ إذ إنها إذا فصلت عنها لن تؤدّي آثارها، وتصبح عبثًا وحركات لا معنى لها، فهي لها آثار تأتي من اعتقاد فلسفتها، وفلسفتها هي "الحلول"، فممارسة اليوجا بدون فلسفتها يدور بين العبث والإلحاد.

اليوجا والاستشفاء:

فإذا كانت اليوجا ليست رياضة بالمعنى المفهوم للرياضة، فهل لها تأثير إيجابي على الجسد؟ وما التأثير السلبي على الجسد بسبب ممارسة اليوجا؟

من باب الإنصاف نقول: قد يوجد بعض الفوائد الصحية لشيء من الممارسات اليوجية، إلا أنها تخصّ بعض التمارين والأوضاع الجسدية التي يمكن تحقيقها من خلال ممارسة أي نوع من أنواع التمارين الرياضية المشابهة، بعيدًا عن فلسفة اليوجا وما فيها من مخالفات للعقيدة، ومن هذه الفوائد: تنشيط الدورة الدموية، تحفيز عمل الدماغ، زيادة سعة الرئتين من خلال تمارين التنفس وحبس النفس، زيادة مرونة المفاصل والعمود الفقري، قوة التركيز.

هذه أهم فوائد اليوجا، مع التأكيد على ما سبق أنه يمكن تحصيل ذلك ببعض أنواع التمارين الرياضية الخاصة بذلك.

---

(1) التطبيقات المعاصرة لفلسفة الاستشفاء بالطاقة (ص: 332).

(2) الشفاء باليوجا (ص: 7).

كذلك وليعلم أن ما يروِّج له بعض الناس لليوجا من أنها تجلب راحة النفس أو صفاء الروح ليس أمرًا خاصًّا باليوجا، وإنما هو عام في كل من ردّد كلمات مخترعة مبتدعة أو شركية مع حضور القلب وتركيز الذهن والنظر إلى صورة ونحوها، فإن هؤلاء -كما ذكر أهل العلم- تتنزل عليهم الشياطين، وتملأ عقولهم وقلوبهم بالخيالات والأوهام، فيشعرون بهذا الصفاء المكذوب الذي يتحدث عنه بعض أرباب الطرق الملازمين للأذكار المحدَثة والأوراد البدعية.

وراحة النفس وصفاؤها الحقيقي هو في لزوم السنة والاتباع لمحمد صلى الله عليه وسلم، وذكر الله بما شرع في كتابه وفي سنة رسوله صلى الله عليه وسلم كما قال الله تعالى: {أَلَا بِذِكْرِ اللَّهِ تَطْمَئِنُّ الْقُلُوبُ} [الرعد: 28].

ولتأكيد هذا المعنى نقول: اليوجا كتلة متكاملة تتكون من عناصر متنوعة عبارة عن: تمارين تنفس، تمارين تمدد واستطالة، استرخاء وتأمل، ألفاظ وترانيم مقدسة، أوضاع جسدية رمزية، معاني روحية اعتقادية.

ومن هذه العناصر ما هو خاص مميز لليوجا مثل:

- المعاني والمبادئ الروحية.
- الأوضاع الجسدية الرمزية (أسانا ومودرا).
- بعض أنواع التنفس.

ومنها ما هو عام لا يختص باليوجا، بل يوجد في غيرها مثل:

- بعض تمارين التمدد والاسترخاء.
- بعض تمارين التنفس.
- الاسترخاء الذي قد يحصل في جلسات التأمل.

وعند تأمل الدعاوى الاستشفائية لليوجا ستجد أن ما صح منها لا يخرج عن القسم الثاني، أي: ما ليس خاصًّا باليوجا[1].

(1) تقرير موجز حول ممارسة اليوغا من المنظور العقدي (ص:22).

لكن قد يقول قائل: توجد العديد من الدراسات العلمية تثبت فوائد اليوجا ومدى استفادة بعض المرضى منها.

فنقول: نتائج تلك الدراسات لا تخرج عن حالتين:

الأولى: أن يحدد السبب المؤثر من العناصر المكونة لليوجا، فيقال مثلًا: أثرت تمارين الاستطالة في اليوجا على التخفيف من آلام الرقبة في مرضى الروماتيزم، فيكون ذلك المؤثر ليس حصرًا على اليوجا، ولو طبق المريض تمارين استطالة لا علاقة لها باليوجا لحصل على نفس النتيجة.

الثانية: ألا يحدد السبب المؤثر بدقة، فيقال مثلًا: تحسنت أعراض القلق بنسبة 20 في المائة عند 60 في المائة من المرضى الذين قاموا بممارسة اليوجا.

ولا شك أن هذا النوع من الدراسات أقل دقة وتحريرًا، فالتأثير لا يرتبط عادة إلا بتلك العناصر المشتركة في اليوجا، أو الآثار المترتبة عليها كالراحة والاطمئنان ونحو ذلك، مما ليس مقصورًا على ممارسة اليوجا، ويمكن تخفيفه بأسباب أخرى لا يمكن حصرها.

مع ملاحظة: أن أغلب الدراسات لا تعقد المقارنة بين المرضى الذين يمارسون اليوجا وبين المرضى الذين يمارسون ما يضاهي العنصر المؤثر فيها من الرياضات والتطبيقات الـ"لا دينية" أو التي لا ترتبط باعتقاد، كتمارين الاستطالة والتمدد مثلًا، أو جلسات الراحة والاسترخاء، بل إنها تقارن بين من يمارس اليوجا وبين من لا يمارس شيئًا على الإطلاق، فيظهر الأثر في المجموعة التي تمارس اليوجا، ويُنسب التأثير إليها كممارسة من دون تفصيل.

ولو تم عقد دراسة مقارنة جيدة الأحكام بين تمارين الاستطالة في اليوجا وغيرها من الأنظمة الرياضية لاتضح عدم تميز اليوجا عن غيرها في التأثير والمنفعة[1].

أضرار اليوجا:

أما أضرار اليوجا وما تسبّبه –فضلًا عما فيها من مخالفات عقدية– فحدِّث ولا حرج، فمنها:

(1) تقرير موجز حول ممارسة اليوغا من المنظور العقدي (ص: 23).

- أنها دعوة فاضحة إلى التشبه بالحيوانات وانتكاس عن الإنسانية، مثل: تبني العري، الاعتماد على الأطراف الأربعة في أغلب تمارين (سوريا ناماسكار)، والوقفة الخاصة في التمرينين الثالث والثامن.

- أن بعض تمارينها تضر أغلب الناس، وتؤدِّي إلى عواقب ومخاطر صحية لديهم، وبعض طرقها الأخرى عبارة عن جلوس معيب وخمول وذهول فقط، وهذا أيضًا يضر من الناحية الصحية والنفسية.

- كثيرًا ممن حاولوا ممارسة ما يسمى: "اليوغا العلمية" أو "الطب السلوكي" تردّوا في هوّة المخدرات، وغطسوا في مستنقع الإدمان، وقد ثبت عقم هذه الطريقة العلاجية وعدم جدواها.

- أنها قائمة على الكذب والتدجيل، وقد اعتمد مروِّجوها الغش وقلب الحقائق في أثناء نشرها والدعاية لها، وذلك لجذب أنظار أكبر عدد من السذّج والبسطاء، وجرف كثير من ضعاف الإيمان.

- كون أكثر الوصايا التي يوصي بها دعاة اليوغا وصايا ضارة ومؤذية للإنسان، ومنها:

أ. العري: وما يسببه من أمراض بدنية ونفسية وجنسية وحضارية.

ب. تعريض الجلد للشمس: وقد رأينا مضار ذلك، ولا سيما عندما يكون التعرّض للشمس طويلًا.

جـ. تركيز النظر إلى قرص الشمس، وقد مرّت أخطاره الشديدة على العين.

د. التشجيع على الحمية النباتية التي ما أنزل الله بها من سلطان، وقد مرّ تفنيدها(1).

قد يشكل على بعض الممارسين لليوجا أنهم أخذوا اليوجا بمفهومها الغربي، من جانبها الرياضي والصحي، لا من جانبها التقليدي الفلسفي الديني، فلا حرج إذًا من ممارستها من هذه الوجه.

وللرد على ذلك نقول: لا عبرة بكون اليوجا مأخوذة من الغرب على أنها تمارين رياضية

---

(1) اليوغا في ميزان النقد العلمي (ص: 84-86).

أو للصحة أو للراحة النفسية، فالغرب أنفسهم يعترفون بكون اليوجا متعلّقة بالديانات الهندية لا سيما الهندوسية.

كما أن الغرب أصبح من تقاليدهم ومبادئهم فصل الدين عن الحياة، فلا مانع عندهم يمنعهم من فصل اليوجا عن الدين! فيؤخذ من اليوجا ما يناسبهم، ويترك جانبها الديني، أما نحن المسلمون فلا نعترف ولا نقرّ بفصل الدين عن أي وجه من أوجه الحياة، فلا يجوز فصل الجانب الديني عن اليوجا، بالإضافة إلى أن جميع وضعيات اليوجا والتأمل مرتبطون كليًّا بالعقائد والفلسفات والأساطير الهندية[1].

كما أن تغيير أسماء الأشياء لا يغير من حقيقتها، فما كان حرامًا فهو حرام مهما أعطي من أسماء مباحة، وهذا هو الحال في اليوجا فقد قام أهلها بتحريف معانيها وتغيير أسمائها لتصبح مقبولة عند غيرهم، فجعلوا الاتحاد الذي هو الاتحاد بالرب بمعنى التناغم والتناسق بين الجسد والعقل والروح، وجعلوا الشاكرات التي ترمز للآلهة لتعني مركز الطاقة، وجعلوا الوضعيات الأسانات التي هي تقرب للآلهة بمعنى الرياضة، وجعلوا التأمل اليوجي الذي هو فراغ ذهني ليملأ بالنور من الآلهة بمعنى الهدوء النفسي، وأطلقوا على الآلهة لقب الحكماء أو مركز الطاقة، وأطلقوا اسم الروح الكونية على براهما أو الإله الأكبر عندهم، فجميع ما سبق هو شرك بالله تعالى مهما حرف أو بدل، ومهما أعطي من أسماء مباحة.

إن مثل من يمارس اليوجا كتمارين رياضية أو صحية كمثل فتاة مسلمة تضع صليبًا من ذهب على عنقها -بدون اعتقاد به- وإنما من باب الحلية والزينة! أو كشابّ مسلم يضع على عنقه صليبًا -بدون اعتقاد به- إنما مجرد تقليد لبعض مغني وراقصي الراب! أو مسلم يضع على مكتبه صنمًا لبوذا -بدون اعتقاد به- إنما للزينة أو ديكورًا فلا يقول أحد من المسلمين -علماوهم وعامتهم- بجواز ذلك[2].

والحمد لله ربِّ العالمين، وصلى الله وسلَّم على نبيِّنا محمَّد

وعلى آله وأصحابه أجمعين

---

(1) اليوجا والتأمل (ص: 195).

(2) اليوجا والتأمل (ص: 200).